

Exposé: PlanTage

Nutzungsproblem

Ob Anfänger oder Experte – für die eigene Fitness sind Tipps und Meinungen von anderen Sportlern prägend und wertvoll. Eine wichtige Komponente ist hierbei der Trainingsplan, der jedoch individueller nicht sein kann. Vor allem Neueinsteiger haben Schwierigkeiten einen passenden Trainingsplan zu finden, der sich ihren Bedürfnissen anpasst. Auch Sport-Veteranen möchten ihre Progression im Trainingsplan vermerken und individuelle Übungen hinzufügen. Nur umständlich findet man angesagte Trainingspläne, die den eigenen Bedürfnissen entsprechen. Ist man erstmal im Fitnessstudio und hat dieses kein frei zugängliches WLAN, so kann man schnell vergessen welche persönlichen Rekorde man versuchen möchte zu verbessern.

Zielsetzung

Der User soll schnell und unkompliziert herausfinden können, welcher Trainingsplan zu ihm am besten passt und wie er diesen individuell auf seine Bedürfnisse abstimmen kann. Hierzu sollte die Möglichkeit bestehen sich ein Beispiel an anderen Trainingsplänen zu nehmen und diese im pdf-Format abzuspeichern.

Verteilte Anwendungslogik

Auf Seiten des Dienstanwenders wird berechnet wie man verschiedene Übungen und Muskelgruppen in einem Trainingsplan kombinieren sollte. Der Nutzer kann eigene Trainingspläne fertigstellen und auch posten. Durch den Dienstgeber ist es möglich Trainingspläne zu bewerten und die am besten bewerteten Trainingspläne und auch neue Trainingspläne einzusehen. Ebenfalls lassen sich die Trainingspläne nach Kategorien filtern.

Gesellschaftliche und wirtschaftliche Relevanz

Aufgrund des wachsenden Einflusses von Social Media auf die Gesellschaft, orientieren sich immer mehr Menschen an Fitness-Idolen mit der Absicht sich gesünder zu ernähren und körperliche Beschwerden vorzubeugen. Dies dient nicht nur dem gesunden Ausgleich von „Büro-Jobs“, sondern auch der Produktivität bei körperlich belastenden Berufen. Fitnessstudios werden dadurch gefragter und erhalten mehr Einnahmen.